

O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES ESCOLARES DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NA PANDEMIA DA COVID-19

Táisse Alves Soares¹; Tais da Silva Paz²; Erika Conceição Silva³; Diellison Layson Dos Santos Lima⁴.

¹Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Colinas, Maranhão. <http://lattes.cnpq.br/4171693663468901>

²Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Colinas, Maranhão. <https://lattes.cnpq.br/6118203004008540>

³Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Colinas, Maranhão. <http://lattes.cnpq.br/6857044314409403>

⁴Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Colinas, Maranhão. <http://lattes.cnpq.br/1808283046136587>

DOI: 10.47094/ICOBRAFIMES.2024/RE/7

PALAVRAS-CHAVE: Adolescentes. Distanciamento. Impactos.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde Mental

INTRODUÇÃO

Considerando a progressão da COVID-19, uma infecção respiratória aguda provocada pelo SARS-CoV-2, com potencial gravidade, alta capacidade de transmissão e disseminação global, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a doença do coronavírus uma pandemia global em março de 2020, e medidas de saúde pública foram implementadas em todo o mundo para conter a propagação do vírus. Assim, o isolamento social emergiu como uma forma preventiva importante (Parmet *et al.*, 2020). A imposição de medidas como a quarentena e o distanciamento social tiveram impactos notáveis na vida dos jovens, afastando-os de suas atividades e relações habituais. Essas mudanças na rotina podem gerar transtornos, e as restrições ao domicílio impactam a saúde mental, desencadeando um sofrimento psicológico (De Oliveira *et al.*, 2023).

Na adolescência, esses jovens são marcados por intensas mudanças, e embora muitos ainda desfrutem de boa saúde mental, fatores sociais como violência, pobreza ou abandono podem torná-los vulneráveis (Gomes *et al.*, 2021). Dessa forma, o surgimento abrupto de uma doença global representou uma ameaça adicional à saúde, resultando em diversas manifestações de adoecimento mental, mesmo sem exposição direta à infecção (Ahmed *et al.*, 2020). Além disso, a interrupção das atividades escolares e o confinamento do mundo externo tiveram impactos significativos em seu amadurecimento psicomotor (Aydogdu, 2020, *apud* Almeida, 2021). Esses efeitos são particularmente relevantes quando consideramos o papel crucial das escolas na socialização e no desenvolvimento infantojuvenil.

Ademais, com esses desafios impostos pelo isolamento, o uso excessivo das redes sociais emergiu como uma preocupação (Guessoum *et al.*, 2020). Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo descrever os impactos das redes sociais na saúde mental de estudantes escolares durante o período de isolamento social causado pela pandemia da COVID-19.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura de caráter descritivo com abordagem qualitativa, realizada no mês de janeiro de 2024. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), incluindo a Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), o Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e as Bases de Dados de Enfermagem (BDENF). A busca avançada foi guiada utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados entre si através do operador booleano “AND”, sendo estes: Pandemia *and* Adolescentes *and* Isolamento Social, encontrando-se 1.936 estudos. Após leitura de títulos e resumos, selecionamos 47 artigos para uma leitura minuciosa. Posteriormente, considerando os critérios de inclusão: artigos publicados na íntegra nos últimos cinco anos (2020-2024), nos idiomas inglês e português. E exclusão: literatura cinzenta e artigos repetidos. Resultando em um total de 9 artigos para o desenvolvimento deste estudo. A questão norteadora que serviu de base para a pesquisa foi: Como as redes sociais influenciam a saúde mental dos estudantes durante o período de isolamento social?

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em decorrência do isolamento, os estudos analisados revelam as repercussões desse distanciamento causado pela pandemia da COVID-19, especificamente, na ausência do ambiente escolar que, atrelados as redes sociais, trouxeram efeitos significativos na vivência emocional deste público. O uso dessas mídias sociais por parte dos adolescentes, quando excessivo e indiscriminado, pode comprometer não apenas suas relações familiares e sociais, mas também resultar em uma dependência preocupante da tecnologia (Portugal *et al.*, 2020).

Esse impacto foi observado através de manifestações de sentimentos como tristeza, cansaço, indiferença, depressão, ansiedade e transtorno obsessivo compulsivo (TOC). Santos (2021), identificou ramificações associadas a esses impactos, e cita o estresse, vulnerabilidade, dependência da internet e perturbações do sono. Essa exposição imoderada a telas e aparelhos contribuiu para o aumento de estresse, agressividade, irritabilidade, falta de atenção em relação às atividades escolares e até mesmo na falta de ânimo, efeitos que já eram prevalentes anterior ao isolamento (De Castro, 2021).

Este cenário indica uma notável carência de suporte emocional por parte da escola ou dos serviços de saúde, destacando a importância de abordagens mais amplas para enfrentar os desafios emocionais vividos pelos adolescentes durante este período (Gomes *et al.*, 2021). Para o autor, essa situação fez com que os adolescentes criassem suas próprias estratégias de manejo emocional implementadas como redes sociais, bate papo com amigos, jogos e músicas. Neste sentido, é compreendido que, o aumento do tempo gasto em dispositivos, uma das poucas distrações disponíveis durante o isolamento, expôs as crianças a uma quantidade significativa de informações.

Essa problemática levanta preocupações sobre o impacto na saúde mental e no desenvolvimento, tornando necessário que os pais monitorem o conteúdo e a frequência desse hábito, e ainda, que incentivem atividades alternativas para equilibrar o uso da tecnologia. Destacando também a importância de estratégias para um ambiente digital saudável e o bem-estar dos escolares em longos períodos de afastamento social (Wang *et al.*, 2020 apud Sousa *et al.*, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O isolamento social em decorrência da COVID-19, demonstrou impactos diretos na saúde mental dos estudantes, como os resultados deste estudo evidenciaram. Além de mostrar intrinsecamente uma interconexão entre o uso de plataformas digitais e o estado emocional destes jovens. Assim, destaca-se a necessidade de uma abordagem mais holística na promoção da saúde mental desses jovens. Isso inclui a implementação de programas educacionais destinados a aprimorar a literacia digital e emocional dos adolescentes, juntamente com a oferta de recursos de suporte online acessíveis. Portanto, é importante que sejam realizados estudos mais abrangentes que explorem profundamente esses impactos específicos nos adolescentes escolares. Possibilitando, assim, formular estratégias verdadeiramente eficazes para fomentar o bem-estar dos adolescentes em um mundo cada vez mais interconectado digitalmente.

REFERÊNCIAS

- AHMED, M. Z. *et al.* **Epidemic of COVID-19 in China and associated Psychological Problems**. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102092, 2020.
- ALMEIDA, I. M. G.; DA SILVA JÚNIOR, A. A. **Os impactos biopsicossociais sofridos pela população infantil durante a pandemia do COVID-19**. *Research, Society and Development*, 2021.
- DE CASTRO, Amanda S.; JUNIOR, José Antônio B. **Desenvolvimento saudável da saúde mental de crianças expostas ao abuso da tecnologia durante o isolamento social**. *Brazilian Journal of Health Review*, 2021.

DE OLIVEIRA, Thaise C. L., et al. **Efeitos do isolamento social pela covid-19 na inatividade física e na saúde mental de crianças e adolescentes.** Revista Baiana de Saúde Pública, 47.2 249-263, 2023.

GUESSOUM, S. B. *et al.* **Transtornos psiquiátricos em adolescentes durante a pandemia e bloqueio COVID-19.** Psychiatry research, 291, 113264, 2020.

GOMES, AD. *et al.* **Emoções manifestadas por adolescentes escolares na pandemia de COVID-19.** Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, v. 3, pág. e47110313179, 2021.

PARMET, Wendy E.; SINHA, Michael S. Covid-19 — **The law and limits of quarantine.** *New England Journal of Medicine*, 382.15: e28, 2020.

PORTUGAL, Adriana; SOUZA, J. **Uso das redes sociais na internet pelos adolescentes: uma revisão de literatura.** Rev. Ensino de Ciências e Humanidades. v.4, p.262-291, 2020.

SOUZA, M. S., *et al.* **Repercussões da pandemia Covid-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa.** Journal of Education Science and Health, 2023.